



Projet CFC/IGG - (FIGG/02)

## Amélioration des Technologies Post-récolte du Fonio

CIRAD-IER-IRAG-IRSAT



CRUZ Jean-François (Cirad) : Coordonnateur Général  
DRAME Djibril (IER) : Coordonnateur Régional



## Recettes culinaires à base de fonio

Juin 2004



## Remerciements

Ce livret a été produit dans le cadre du projet CFC/IGG – (FIGG/02) « Amélioration des technologies post-récolte du fonio »; projet régional supervisé par la FAO et financé par le CFC (Common Fund for Commodities), institution financière intergouvernementale.

Le livret de recettes a été réalisé grâce à la collaboration de

M. Djibril DRAME (IER – Mali)  
Mme BORE Fanta GUINDO (IER - Mali)  
Mme Charlotte KONKOB-OYAMÉOGO (IRSAT – Burkina Faso)  
M. Youness CHALOUB (IRAG – Guinée)  
Mme Geneviève FLIEDEL (CIRAD – France)  
M. Jean-François CRUZ (CIRAD – France)

Les auteurs souhaitent remercier toutes les personnes qui, d'une manière ou d'une autre, ont collaboré au projet en proposant ou en réalisant certaines recettes culinaires et notamment :

### *Au Mali,*

Mme MARIKO Fadima SIBY (Transformatrice, Directrice Sté UCODAL)  
Mme SOUMARE Modia SANGARE (Transformatrice)  
Mme COULIBALY Salimata SIDIBE (IER)  
Mme TANGARA Adiaratou SIDIBE (IER)  
Mme BERTHE Aïssata BENGALY (IER)  
Mme CISSE Fatimata (IER)  
Mme CISSE Oumou TRAORE (IER)  
Mme TRAORE Soungalo TRAORE (IER)  
Mme KONE Mariam DEMBELE (IER)  
M. KERGA Alpha Oumar (IER)

et toutes les préparatrices du Laboratoire de Technologie Alimentaire de l'IER à Sotuba,

### *Au Burkina Faso,*

M. Bréhima DIAWARA (IRSAT- Burkina), Chef du Département Technologies Alimentaires  
ABSEF (Association d'économie sociale et familiale du Burkina)  
M. Gilbert ZONDI  
M. Karim DIASSO

### *En Guinée*

Mme Agathe CHALOUB



## Introduction

La cuisine africaine est parfois considérée comme différente des autres cuisines par les ingrédients utilisés (céréales, racines ou tubercules, fruits, viandes et poissons, épices, ...) et la manière particulière dont ils sont cuisinés. Mais à l'instar de nombreuses autres cuisines du monde, les plats ordinaires sont souvent constitués d'un aliment de base et d'un accompagnement (ou sauce).

Dans les zones tropicales sèches comme les régions de savanes, les préparations culinaires sont généralement à base de céréales. Selon le cas, le poisson, la volaille, le mouton, le bœuf ou le gibier, ... vont accompagner le riz ou les céréales dites locales comme le mil, le sorgho ou le maïs préparées sous forme de pâtes ou de couscous.

Mais en Afrique de l'Ouest, une autre céréale traditionnelle, parfois considérée comme en voie de disparition, connaît aujourd'hui un certain regain d'intérêt: c'est le fonio !

Le fonio, céréale minuscule, est en effet une denrée très appréciée au plan culinaire et diététique. Réputée comme la céréale la plus savoureuse, sa finesse et ses qualités gustatives en font un met de choix toujours servi lors de fêtes ou de cérémonies importantes. Un proverbe populaire dit *«le fonio ne fait jamais honte à la cuisinière»*. Très digeste, il est traditionnellement recommandé pour l'alimentation des enfants, des personnes âgées et pour les personnes souffrant de surpoids

Cette céréale de gourmet est habituellement consommée sous forme de couscous ( «foyo», «djouka»,...) ou de bouillies légères ou épaisses («dégué», «moni», «tô»,...) mais de nombreuses autres préparations culinaires sont possibles (fonio au gras, salades, gâteaux ou beignets,...).

Ce livret présente ainsi différentes recettes traditionnelles courantes à base de fonio mais aussi des recettes dites «nouvelles» imaginées par des transformatrices ou des cuisinières locales pour chercher à diversifier les utilisations du fonio. Nous espérons que ces recettes permettront au lecteur de découvrir ou de redécouvrir cette céréale millénaire, savoureuse et légère qu'est le fonio.

Jean-François CRUZ  
Coordonnateur général du projet « fonio »

# Recettes traditionnelles



# FOYO

Nom local: FOYO

Origine géographique: Mali, Guinée, Burkina

Type de plat : plat principal

Forme : couscous

Temps de cuisson : 1h à 1h 30mn

## INGREDIENTS

**pour 5 personnes**

Fonio précuit : 1 kg

Eau: 750 ml à 1L

Viande : 2 kg

Tomate fraîche : 250 à 300g

Tomate concentrée : 100 g

Oignons : 1 kg

Ail : à volonté

Piments frais : 2 à 3 unités

Légumes : carottes ,choux, aubergines,  
poivrons, navets ,courgettes ; à volonté

Arômes : 1 à 2 cubes

Huile : 250 ml

Sel : à volonté

Epice : poivre à volonté

## PREPARATION

- Mettre le fonio dans un récipient et l'arroser d'eau (approximativement 0,5 litre d'eau pour 1 kg) ;
- Faire cuire à la vapeur une première fois pendant 10 minutes ;
- Rajouter après cette première cuisson un peu d'eau sur le fonio tout en le malaxant doucement ;
- Faire cuire à la vapeur une deuxième fois pendant 5 min ;
- Mettre ensuite le fonio et les morceaux de gombo frais coupés en fines lamelles placés au dessous du fonio dans le couscoussier ;
- Faire cuire à la vapeur une troisième fois pendant 15 minutes ;
- Mélanger à la fin de cette cuisson le fonio et le gombo.

*NB: Avec du fonio non précuit séché, prévoir 1 litre d'eau de cuisson et 3 cuissons à la vapeur.*

*Cette préparation peut être accompagnée de différentes sauces : sauce tomate viande sauce tomate poisson , sauce arachide , sauce feuille.*



# FOUNDEN BANDE

Nom local: FOUNDEN BANDE ou GNIRI FONYE

Origine géographique: Guinée

Type de plat : plat principal

Forme : couscous

Temps de préparation (fonio et sauce) : 1h

## INGREDIENTS

Fonio blanchi

### Sauce d'arachide

Pâte d'arachide

Viande ou poisson

Tomate fraîche et/ou purée

Oignon et/ou ail

Gombo (facultatif)

Sel

Piment

Cube Maggi

### Sauce Gombo

Gombo frais

Huile de palme

Viande ou poisson

Oignon

Sel

Piment

Cube Maggi

## PREPARATION

### 1. Fonio

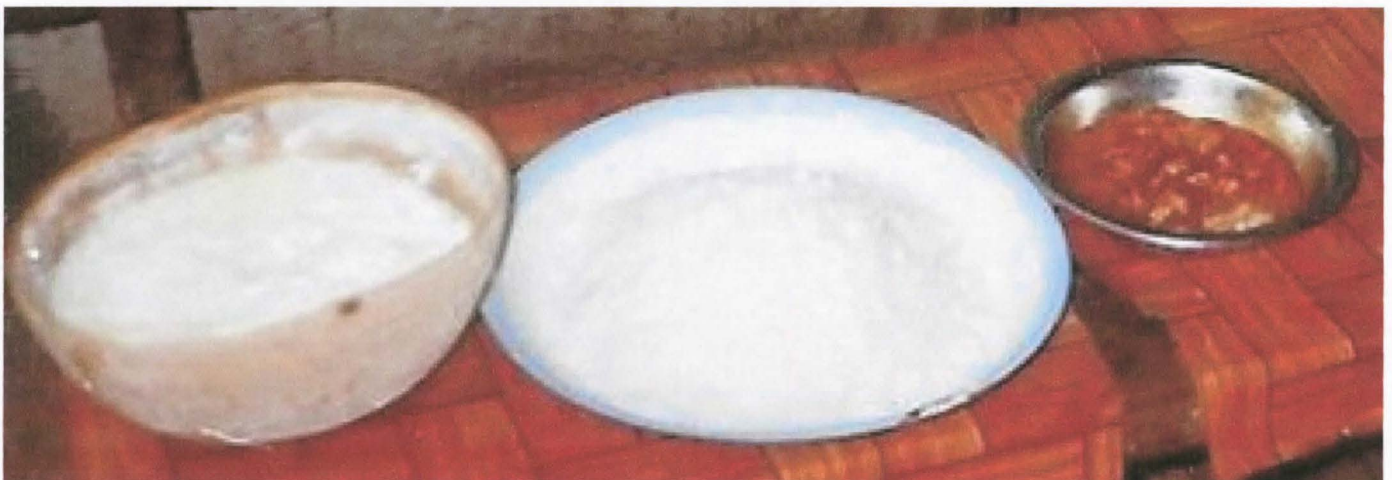
- Griller le fonio jusqu'à ce qu'il prenne une couleur jaune
- Faire bouillir de l'eau puis ajouter le fonio
- Retirer une bonne partie de l'eau ; à remettre progressivement
- Faire cuire ensuite à petit feu

### 2. Sauce d'arachide

- Dissoudre la pâte d'arachide dans l'eau en ébullition
- Ajouter la viande ou le poisson préalablement émietté puis les autres ingrédients
- Laisser cuire pendant 35 à 40 mn

### 3. Sauce Gombo

- Hacher le gombo frais
- Mettre le gombo haché dans la marmite à moitié pleine d'eau
- Mettre au feu et remuer de temps en temps pendant 15 mn
- Ajouter les ingrédients
- Faire cuire 25 à 30 mn





# DJOUKA DE FONIO

Nom local : DJOUKA  
Origine géographique : Mali, Burkina  
Type de plat : plat principal  
Forme : couscous  
Temps de cuisson : 1h à 1h 30mn

## INGREDIENTS pour 5 personnes

Fonio: 1 kg  
Arachide : 2 kg  
Eau : 1 litre  
Huile: ¼ L  
Oignons: 1 kg  
Potasse: 45g  
Gombo frais : 500 g  
Aubergines : 4 à 5 unités  
Piment : 2 à 3 unités  
Sel : à volonté  
Epices: ail, poivre,  
cubes,... : à volonté

## PREPARATION

- Vanner, trier, laver puis sécher l'arachide ;
- Faire cuire les graines non dépelliculées à la vapeur pendant 5 minutes ;
- Piler et tamiser pour enlever la peau ;
- Mélanger l'arachide pilée avec la potasse (environ 40 g) et le sel ;
- Mettre le fonio dans un récipient et l'arroser d'eau (approximativement 0,5 litre d'eau pour 1 kg) ;
- Faire cuire à la vapeur une première fois pendant 10 minutes ;
- Rajouter après cette première cuisson un peu d'eau sur le fonio tout en le malaxant doucement (environ 300 à 400 ml d'eau) ;
- Faire cuire à la vapeur une deuxième fois pendant 5 min ;
- Ajouter sur le fonio la poudre d'arachide et les épices (poivre, piment, ....)
- Faire une troisième cuisson à la vapeur pendant 5 à 10 minutes ;
- Faire cuire dans un peu d'eau pendant 15 à 20 minutes les morceaux de gombo frais coupés en fines lamelles; ajouter une pincée de potasse (environ 5 g)
- Mélanger le fonio cuit 3 fois à la vapeur avec la sauce de gombo ;
- Cuire dans l'eau bouillante les aubergines et les piments pendant 10 à 15 minutes.
- Faire cuire dans l'huile les oignons finement émincés avec le sel, les cubes, le poivre et un filet de vinaigre ;
- Garnir le fonio cuit avec la sauce à base d'oignons, le piment et les aubergines.

**NB :** Les temps de cuisson sont très approximatifs car en fait la cuisson est bonne quand le grain devient assez mou.

La sauce oignons peut être préparée avec des boulettes de viande ou de poissons





# DJOUKA DIEMAN OU DJOUKA SANS ARACHIDE

Nom local : CHOLA  
Origine géographique : Mali  
Types de plat : plat principal  
Forme : couscous  
Temps de cuisson : 1h à 1h 30

## INGREDIENTS pour 5 personnes

Fonio : 1 kg  
Huile : 250 ml  
Soumbala : 2 à 3 morceaux  
Gombo en poudre : 100g  
sel : à volonté  
Arôme : 1 à 2 cubes  
Piment : 1 à 2  
Aubergines : 2 à 3  
Poivre : à volonté  
Ingrédients pour la sauce  
d'accompagnement type : sauce oignons

## PREPARATION

- Mettre le fonio dans un récipient et l'arroser d'eau (approximativement 0,5 litre d'eau pour 1 kg) ;
- Faire cuire à la vapeur une première fois pendant 10 minutes ;
- Rajouter après cette première cuisson un peu d'eau sur le fonio tout en le malaxant doucement ;
- Faire cuire à la vapeur une deuxième fois pendant 5 min ;
- Rajouter ensuite au fonio la poudre de gombo sec ;
- Rajouter les épices le soumbala , le sel , le poivre , le piment ainsi que l'arôme ;
- Faire cuire à la vapeur une troisième fois ;
- Arroser le fonio d'huile d'arachide après le dernier passage à la vapeur ;
- Garnir avec la sauce d'oignons et les légumes(aubergines et piments).

**NB** : le plat peut être préparé avec du gombo frais, pour cela on prépare la sauce gombo qu'on mélangera ensuite avec le fonio cuit



# FITINI BOULAMA

Nom local :FITINI BOULAMA (Mali) ; GNON (Burkina)

Origine géographique: Mali, Burkina

Type de plat : plat principal

Forme : couscous

Temps de cuisson : 45 mn à 1h

## INGREDIENTS pour 6 personnes

Fonio : 1 kg  
Feuilles de niébé : 500 g  
Potasse : 5 g  
Sel : à volonté  
Poudre de gombo : 100 g ou gombo  
frais : 400 à 450 g ou poudre de  
graines décortiquées de coton : 200 g  
Oignons : 1/2 kg  
Cubes : 1 à 2 unités  
Huile : 1/2 L  
Aubergines : 2 à 3 unités  
Piments : 2 à 3 unités  
Ail : 1 gousse  
Poivre : à volonté

## PREPARATION

- Pétrir les feuilles de niébé avec de l'eau (environ 1 à 1,5 l d'eau), ajouter la potasse et filtrer le mélange ;
- Mettre le fonio dans un récipient et l'arroser avec le jus des feuilles de niébé (approximativement 0,5 litre de jus pour 1 kg);
- Faire cuire à la vapeur une première fois pendant 10 minutes ;
- Emotter et ajouter environ 0,5 l de jus sur le fonio tout en le remuant doucement;
- Faire cuire à la vapeur une deuxième fois pendant 5 min ;
- Ajouter le sel, les épices et le gombo coupé en fines lamelles ;
- Repasser-le tout à la vapeur jusqu'à la cuisson complète du gombo ;
- Faire cuire les aubergines et le piment dans l'eau ;
- Servir le fonio garni avec les aubergines et le piment accompagné d'une sauce à base d'oignons.

NB :

1) On peut utiliser les feuilles de niébé pilées au lieu du jus uniquement.

2) Le fonio additionné de jus ou de feuilles de niébé peut être façonné en boules et cuit dans le couscoussier 1 fois à la vapeur jusqu'à cuisson complète. Ces boules de fonio au niébé, appelées « Gnon » au Burkina Faso, sont consommées avec de l'huile et du sel.





# BASSI

Nom local :BASSI (Mali, Burkina) ; BASSI LAKIRI (Guinée)

Origine géographique : Mali, Burkina, Guinée

Type de plat : plat principal

Forme : couscous

Temps de cuisson : 40 à 50 mn

## INGREDIENTS Pour 5 personnes

Farine de fonio : 1 kg

Beurre

Lait caillé

Sucre ou sel

## PREPARATION

Laver le fonio (ne pas dépasser 15 min) puis l'égoutter

Réduire le grain en farine grossière au moulin ou au pilon

Humidifier la farine par ajout d'eau (200 à 250 ml pour 1 kg de farine) et malaxer le mélange

### Première cuisson :

- Faire cuire à la vapeur pendant 10 à 15 min la farine de fonio enveloppée dans un tissu
- Emotter dans unealebasse le produit précuit et ajouter un peu d'eau (250 ml pour 1kg de farine).
- Recouvrir laalebasse avec le tissu et laisser reposer quelques minutes (jusqu'à ce le produit précuit absorbe toute la quantité d'eau ajoutée).

### 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> cuisson :

(5 – 10 mn chacune) suivies d'émottage et d'addition d'eau.

*NB/ L'addition de beurre peut se faire au cours de la dernière cuisson ou à table comme le lait et le sucre ou le sel*





# BOUILLIE DE GRAINS DE FONIO

Nom local : FINI SERI (Mali), FOUNDEN BAGA (Guinée), FONI BAGA (Burkina)

Origine géographique : Mali, Guinée, Burkina

Types de plat : petit déjeuner/accompagnement au dîner

Forme : bouillie légère

Temps de cuisson : 20 à 25 mn

## INGREDIENTS pour 5 personnes

Fonio : 250g

Eau : 3 l

Sel : 1 pincée

Sucre : à volonté

## PREPARATION

- Porter à ébullition 3 l d'eau ;
- Verser le fonio en pluie dans l'eau bouillante tout en remuant ;
- Ajouter un peu de sel et laisser cuire pendant 15 minutes.

**NB :** cette bouillie peut se manger avec du lait frais ou du lait caillé.

Le sel est facultatif et on peut mettre du beurre et du lait concentré sucré.

On peut rehausser le goût en ajoutant du gingembre.



# BOUILLIE DE FONIO

Nom local : FINI MONI (Mali) , Moni, Yéfouré, M'boyri (Guinée)

Origine géographique : Mali, Guinée

Types de plat : plat principal (petit déjeuner, soir)

Forme : bouillie liquide

Temps de cuisson : 30 mn

## INGREDIENTS

Pour 8 à 10 personnes

Farine de fonio : 1 kg

Eau de granulation : ¼ l

Eau de cuisson : 4 l

Jus de citron ou de tamarin : à volonté

Sel : facultatif

## PREPARATION

- Réserver 200 à 250 g de farine pour l'épaississement de la bouillie
- Mettre le reste de la farine dans un récipient à fond arrondi
- Ajouter progressivement l'eau de granulation tout en malaxant afin de former des granules d'au moins 2 à 3 mm de taille ;
- Verser en pluie ces granules dans l'eau bouillante tout en remuant avec une spatule;
- Délayer la farine réservée dans un peu d'eau ; ajouter le jus de citron ou de tamarin et une pincée de sel ;
- Ajouter ce mélange aux granules bouillants et laisser cuire à feu doux pendant 30 minutes environ;
- La bouillie ainsi prête est consommée avec ou sans sucre et parfois avec du lait caillé.

*NB : On peut aromatiser la bouillie avec un peu de gingembre.*





# FONIO AU GRAS

Nom local : FINI ZAME (Mali), FOUNDEN YOLIFEBANDE (Guinée)

Origine géographique : Mali, Guinée, Burkina

Types de plat : plat principal.

Forme : gras

Temps moyen de préparation : 45 mn à 1h

## INGREDIENTS pour 5 personnes

Fonio précuit : 500 g à 1 kg  
Viande, poulet ou poisson : 500 g à 1 kg  
Oignons : 2 gros  
Tomates : 6 grosses  
Légumes au choix  
    Carottes : 6 moyennes  
    Navets : 2 moyens  
    Courgettes : 2 moyennes  
    Aubergines : 2 moyennes  
    Choux : 2 petites tranches  
    Poivron vert : 1 gros  
    Poivrons rouges : 2 petits  
    Gombo frais : 5 petits  
Concentré de tomate : 2 cuillérées à soupe  
Huile : ¼ litre  
Sel iodé : à volonté  
Epices, aromates : laurier, poivre, cube  
bouillon, ail, persil, ...  
Eau : 2 litres

## PREPARATION

- Faire revenir dans l'huile, la viande (le poisson ou le poulet), les oignons émincés, l'ail et le persil pilés, les tomates pelées, épépinées et coupées et le concentré de tomate. Ajouter du sel.
- Ajouter 2 litres d'eau, les épices et aromates et laisser cuire pendant 1 heure environ.
- A mi – cuisson, ajouter les légumes lavés et coupés régulièrement.
- Retirer les légumes au fur et à mesure qu'ils sont cuits et les mettre de côté dans un plat.
- Laisser cuire la viande à point et vérifier l'assaisonnement.
- Prélever une à deux louchées de bouillon et retirer la viande. Ajouter aux légumes et garder au chaud.
- Verser le fonio précuit en pluie dans le reste du bouillon tout en remuant; le bouillon doit recouvrir le fonio
- Fermer la marmite et laisser cuire à feu réduit tout en retournant de temps en temps. Arroser avec le bouillon mis de côté si besoin est.
- Servir chaud le fonio garni des légumes et de la viande/poulet ou poisson ou les présenter séparément.





# FIRI DE FONIO

Nom local :FIRI

Origine géographique : Mali et Ouest du Burkina

Type de plat : plat principal

Forme : au gras

Temps de cuisson : 1h30mn

## INGREDIENTS pour 6 personnes

Fonio blanchi, lavé, séché: 1 kg  
Poisson fumé: 250 g  
Oignons : 2 moyens  
Ail : 1 gousse  
Tomates fraîches : 4 à 5 moyennes  
Concentré de tomate : 1 cuillère à soupe  
Gombo frais : 2 ou 3  
ou poudre de gombo (100 g)  
Sel : à volonté  
Cube : 1  
Soumbala : 2 boules moyennes  
Huile : moitié de ¼ l  
Eau : 2 l

## PREPARATION

- Torréfier le fonio à sec dans une marmite pendant 10 à 15 min
- Préparer une sauce tomate avec les oignons, l'ail, les tomates et le concentré de tomate. Ajouter l'eau puis la chair de poisson fumé, le soumbala, le cube, le sel et le gombo
- Laisser cuire la sauce pendant environ 15 min puis verser le fonio en pluie tout en remuant. Laisser cuire à feux doux jusqu'à absorption totale de la sauce
- Servir chaud.



# TÔ DE FONIO

**Nom local :** FINI TÔ (Mali, Burkina), TORI, TÔ (Guinée) ,

**Origine géographique :** Mali, Burkina, Guinée.

**Types de plat :** plat principal.

**Forme :** Pâte épaisse avec sauce d'accompagnement.

**Temps moyen de cuisson :** 30 mn après ébullition de l'eau

## INGREDIENTS pour 5 à 8 personnes

Fonio blanchi : 1 Kg

Autre farine (manioc, mil, sorgho,...) : 500 g

Eau : 3 à 4 l

Potasse ou jus de citron ou tamarin (facultatif)

Prévoir les ingrédients pour la sauce  
d'accompagnement (sauce tomate, sauce  
gombo, sauce feuille ou sauce arachide).

## PREPARATION

- Porter l'eau à ébullition
- Verser le fonio blanchi en pluie tout en remuant et laisser cuire jusqu'à l'obtention d'une bouillie consistante
- Ajouter au mélange une pincée de potasse dissoute dans un peu d'eau ou le jus de citron ou de tamarin
- Ajouter petit à petit à la bouillie la quantité de farine (manioc, mil, sorgho, maïs...)
- suffisante pour arriver à la consistance souhaitée
- Continuer la cuisson tout en malaxant vigoureusement jusqu'à l'obtention d'une pâte épaisse, lisse et homogène
- Couvrir et laisser cuire encore à feux doux 5 minutes
- Transvaser la pâte dans un récipient approprié par louchées successives
- Laisser refroidir un peu et servir accompagné de la sauce.

**NB :** On peut aussi préparer le tô de fonio en remplaçant les grains blanchis par la farine de fonio.





# FONIO AUX HARICOTS (NIEBE)

Nom local :GNATJI (Mali), SOSSO TÔ  
Origine géographique : Mali (pays Dogon), Burkina  
Types de plat : plat principal  
Forme : couscous  
Temps de cuisson : 60 mn

## INGREDIENTS pour 8 personnes

Fonio blanchi : ½ kg

Niébé : 1 kg

Huile ou beurre de karité : 100 ml ou 100 g

Eau : 2,5 l

Ingrédients pour la sauce d'accompagnement :  
sauce tomate.

## PREPARATION

- Décortiquer le niébé et bien laver
- Verser le niébé dans une marmite contenant de l'eau bouillante, et laisser cuire environ 30 minutes jusqu'au ramollissement du niébé
- Mettre le surplus d'eau dans une tasse et recouvrir la surface du niébé par le fonio
- Couvrir partiellement la marmite ou avec un couvercle ajouré (van traditionnel)
- Laisser cuire à feux doux pendant 20 minutes
- Malaxer ensuite vigoureusement le mélange et laisser cuire encore à feux doux 10 minutes
- Ajouter l'huile ou enfourer le beurre de karité avant de servir

**NB :** un tamisage (sur tamis de 2 mm i.e le tamis "wara wara") en fin d'opération améliore l'homogénéité et la présentation du plat. Le plat est accompagné d'une sauce tomate préparée avec le surplus d'eau.





# LARO DE FONIO

Nom local : FINI LARO

Origine géographique : toutes les zones de production de fonio au Mali.

Types de plat : plat principal.

Forme : pâte ou bouillie épaisse

Temps moyen de préparation : 60 mn

## INGREDIENTS pour 8 personnes

Fonio blanchi : 250 g

Poisson fumé : ½ à 1 kg

Poisson sec : quelques morceaux (25 g)

Fleurs d'oseille : 100 g

Poudre d'arachide : 750 g

Soumbala : 2 boules moyennes (20 g de poudre)

Oignons frais : 2 moyens (100 g)

Tomates fraîches : 4 à 5

Margarine, huile ou beurre : facultatif, 1 à 2  
cuillerées à soupe

Eau : 6 litres

## PREPARATION

- Faire bouillir 6 l d'eau
- Mettre tous les ingrédients et laisser cuire 30 minutes
- Ajouter la poudre d'arachide, bien remuer et laisser cuire environ 20 minutes
- Verser le fonio en pluie dans la sauce et laisser cuire 10 minutes à feu doux
- Servir chaud



# BEIGNETS DE FONIO

Nom : Fini N'gomi

Origine géographique : Mali, Sikasso, zone senoufo, minianka et bamanan

Types de plat : Goûter

Forme : beignets

Temps de cuisson : 5 à 10 mn pour la friture

## INGREDIENTS

Fonio blanchi : 100 g

Farine de fonio : 250 g

Farine de patate douce : 100 g

Sucre : 150 g

Huile : 150 ml

Levure boulangère : 1 cuillère à café

## PREPARATION

- Préparer une bouillie de type «seri » avec 100 g de grains de fonio
- Ajouter à la bouillie la farine de fonio et de patate douce (ou la purée)
- Bien malaxer le mélange et sucrer à volonté
- Laisser fermenter la pâte pendant 4 à 6 heures
- Ajouter un peu d'huile dans chacune des alvéoles du moule à beignets posé sur le foyer
- Ajouter une louchée de pâte dans chacune des alvéoles
- Laisser frire d'un côté puis de l'autre après retournement et appoint d'huile.

*NB : A la place de la farine de patate douce on peut utiliser la purée de pomme de terre, de patate douce ou des bananes écrasées.*





# DEGUE DE FONIO

Nom : FINI DEGUE

Origine géographique : Mali, Burkina

Types de plat : dessert/accompagnement

Forme : Pâte ou bouillie épaisse

Temps de cuisson : 45 mn

## INGREDIENTS pour 5 à 8 personnes

Farine de fonio : 750g

Farine de patate : 250g

Sel : 1 pincée

Arômes muscade (facultatif) : 1 noix

eau : 1 à 1.5L

Lait caillé ou yaourt : à volonté

Sucre : à volonté

## PREPARATION

- Mélanger les farines de fonio et de patate avec le sel et les arômes ;
- Faire des granulés et les tamiser pour homogénéiser la taille des particules ;
- Faire cuire les granulés à la vapeur d'un couscoussier pendant 30 minutes ;
- Ecraser les mottes après cuisson, ajouter un peu d'eau et de beurre et laisser reposer quelques minutes ;
- Ajouter du lait caillé ou du yaourt et sucré à volonté



# KAGNA

Nom : KAGNA (Guinée), DI DEGUE (Mali)

Origine géographique : Guinée, Mali

Types de plat : dessert/goutter

Forme : Pâte

Temps de préparation : 1h 30mn

## INGREDIENTS

Fonio blanchi: 1kg

Pate d'arachide : 1 kg

Sucre ou miel : à volonté

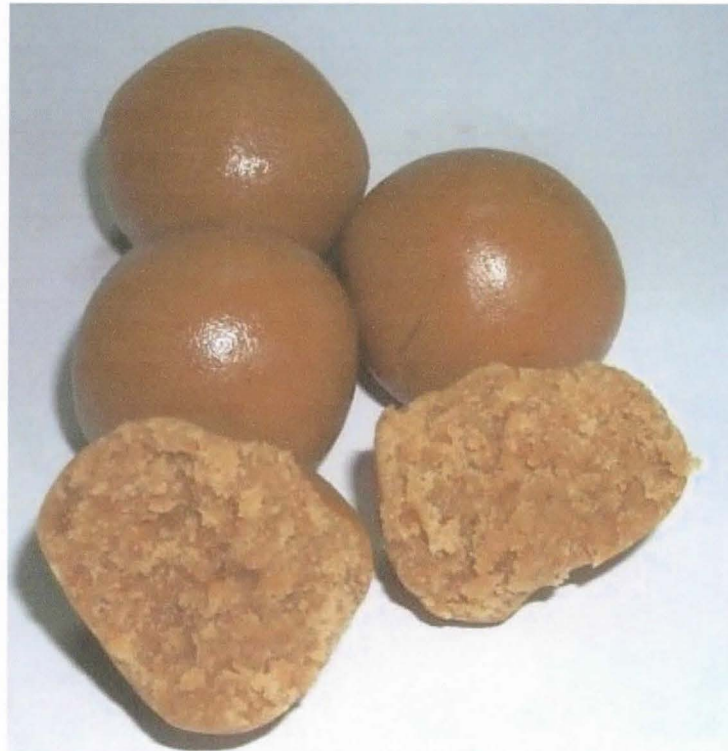
## PREPARATION

- Laver le fonio blanchi ;
- Tremper le fonio pendant 15 mn;
- Egoutter ;
- Piler le fonio égoutté pour en faire une farine grossière ;
- Torréfier la farine grossière jusqu'à ce qu'elle prenne une couleur jaune .
- Ajouter de la poudre fine de sucre et de la pâte d'arachide ;
- Mélanger le tout dans un mélangeur ou dans un mortier pour obtenir un produit homogène très compact ;
- Former des boules de 50 à 100 g (la forme de la boule dépend du moule utilisé).

Le produit est consommé comme tel, sans aucun autre apport.

### *Préparations associées :*

*Les principales préparations associées sont la sauce d'arachide, la sauce gombo et la soupe de viande ou de poisson..*





# Recettes nouvelles

# SOUPE DE FONIO

Origine : Mme Mariko (Mali)

Types de plat : Entrée

Forme : bouillie légère

Temps de cuisson : 30 à 45 mn

## INGREDIENTS pour 5 personnes

Eau : 5 l

Fonio blanchi ou précuit : 100 g

Poisson frais : 500 g à 1kg

Tomates : 2 tomates

Oignons : 5 gros

Ail : 2 gousses

Poivrons : 3 à 4 unités

Autres légumes (facultatifs) : choux-fleurs, céleri, navets, carottes, etc.

Sel : à volonté

Cubes : 1 à 2 unités

Laurier : 3 feuilles

## PREPARATION

- Mettre le poisson frais dans l'eau, porter à ébullition 5 à 10 minutes
- Le retirer et le débarrasser de ses arêtes
- Mettre les légumes et les aromates dans le bouillon et laisser cuire pendant 15 minutes
- Rajouter le poisson émietté et laisser cuire encore 10 minutes
- Verser lentement le fonio dans le bouillon tout en remuant doucement
- Laisser cuire la soupe pendant 5 minutes.





# FONIO A LA VOLEE

Origine : Mme MARIKO (Mali)  
Types de plat : Entrée/ hors d'œuvre  
Forme : Salade  
Temps de préparation : 60 mn

## INGREDIENTS pour 5 personnes

Fonio précuit : 250 g  
Tomates fraîches : ½ kg  
Concombres : 4 à 5 unités  
Carottes : 4 à 5 unités  
Laitue : 1 à 2 pieds  
Huile : environ 10 cuillérées à soupe  
Vinaigre : 2 à 4 cuillérées à soupe  
Ail : 1 gousse  
Sel et poivre : à volonté

## PREPARATION

- Laver, égoutter et faire cuire le fonio deux fois 10 minutes à la vapeur
- Laver, éplucher et découper les légumes en rondelles ou en quartiers
- Préparer la sauce vinaigrette en mélangeant l'huile, le vinaigre, l'ail, le sel et le poivre
- Préparer la laitue, garnir le plat et ajouter les légumes et le fonio
- Assaisonner avec la sauce vinaigrette.



# SALADE DE FONIO VEGETARIENNE

Origine : DTA (Burkina)  
Types de plat : Entrée/ hors d'œuvre  
Forme : Salade  
Temps de préparation : 45 mn

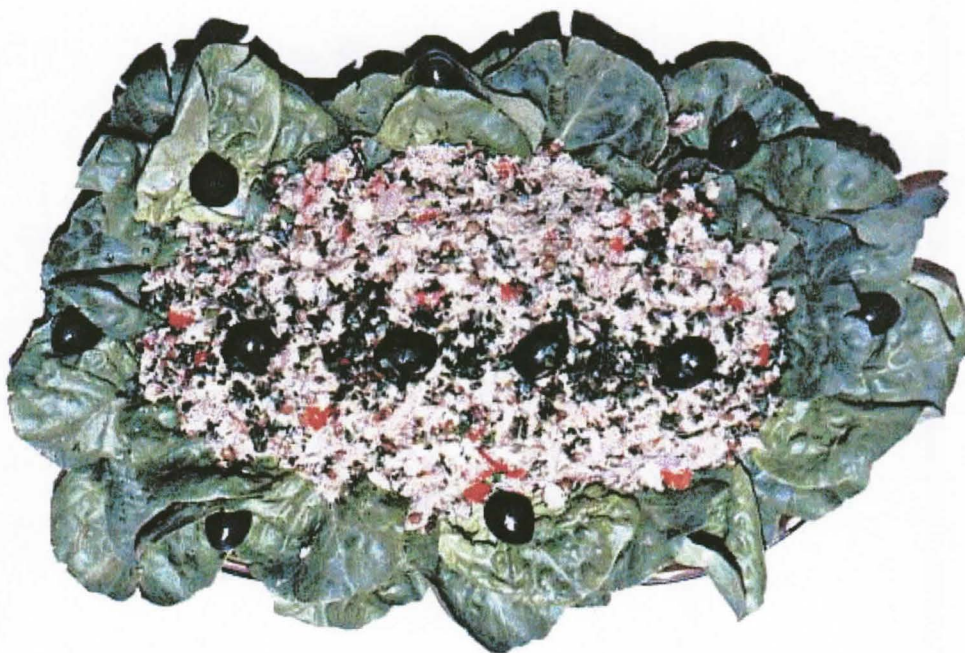
## INGREDIENTS

250 g de fonio cuit  
1 boîte de lentilles ou de haricots rouges  
1 boîte de thon au naturel  
1 citron vert  
2 tomates fraîches  
2 concombres  
1 gros oignon  
1 bouquet de basilic  
1 bouquet de persil  
1 pied de laitue pour la décoration  
1 pincée de sel  
1 pincée de poivre  
1 gousse d'ail  
6 cuillérées à soupe d'huile d'olive  
Olives noires

## PREPARATION (15 mn)

- Ajouter le même volume d'eau bouillante au fonio blanchi, couvrir et laisser reposer 15 minutes, ajouter une noix de beurre
- Mettre sur feu doux et asperger régulièrement d'eau chaude jusqu'à cuisson complète du fonio ; le laisser refroidir
- Mettre le fonio cuit dans un saladier; ajouter les tomates et les concombres coupés en petits dés puis le persil, le basilic et l'ail hachés.
- Ajouter le thon et la moitié des lentilles (ou haricots rouges) à la salade.
- Verser une cuillérée à soupe de jus de citron, l'huile d'olive, le sel et le poivre. Mélanger et vérifier l'assaisonnement.
- Dans une assiette de service, dresser les feuilles de laitue et verser la salade de fonio. Décorer avec les olives noires.

Gardez au frais pendant 15 min avant de servir





# COCKTAIL DE CREVETTES SUR UN NID DE FONIO

Origine : DTA (Burkina)  
Types de plat : Entrée/ hors d'œuvre  
Temps de préparation : 15 mn  
Temps de cuisson: 30 mn

## INGREDIENTS

100 g de crevettes  
100 g de fonio  
½ litre de crème fraîche  
2 oranges ou 2 citrons  
1 pied de laitue  
Sel, poivre et persil  
Tomate Ketchup

## PREPARATION

- Faire blanchir les crevettes 10 min dans l'eau bouillante, puis les laisser refroidir et les décortiquer ;
- Mettre dans un bol la crème fraîche, le ketchup, le sel, le poivre et quelques gouttes de jus de citron; battre le mélange et ajouter les crevettes.
- Déposer le fonio déjà cuit dans une assiette et garnir avec le cocktail de crevettes.
- Décorer avec des tranches d'orange ou de citron et quelques feuilles de persil.



# QUICHE AU FONIO

Origine : DTA (Burkina)

Types de plat : Entrée/ hors d'œuvre

Forme : tarte

Temps de préparation : 15 mn

Temps de cuisson: 25 mn

## INGREDIENTS

250 g de fonio cuit  
poireau  
oignon  
gousse d'ail  
75 ml de crème fraîche  
75 ml de lait liquide  
gruyère râpé  
3 œufs frais  
100 g de lard fumé  
1 pincé de sel  
1 pincé de poivre  
1 pincé de muscade  
10 olives noires dénoyautées

### (Pour la pâte brisée)

225 g de farine  
50 ml d'eau froide  
1 jaune d'œuf  
150 g de beurre  
1 pincé de sel  
1 pincé de poivre

## PREPARATION

- **Etape 1 – Réalisation de la pâte brisée :** Verser la farine sur une planche à pétrir, ajouter 150 g de beurre et mélanger. Ajouter un jaune d'œuf et verser l'eau froide dans la pâte. Pétrir la pâte jusqu'à ce qu'elle devienne homogène. Mettre au réfrigérateur pendant 15mn.
- **Etape 2 – Réalisation de la quiche.** Dans le même temps, mettre 75 ml de crème fraîche et 75ml de lait dans un saladier, couper le poireau en rondelles, hacher l'oignon et la gousse d'ail
- Couper également les morceaux de lard en petits dés, mettre 50 g de gruyère râpé dans le mélange de lait et crème, ajouter les 3 œufs entiers, mettre la muscade, le sel et le poivre. Sortir la pâte brisée du réfrigérateur et l'aplatir avec un rouleau à pâtisseries
- Nettoyer et sécher le moule à quiche.
- Mettre la pâte bien aplatie dans le moule et bien le remplir.
- Verser le mélange de lait et crème fraîche et le contenu sur le pâte et y mettre le reste du gruyère râpé et les olives noires dénoyautées
- Mettre dans le four très chaud pendant 45 mn jusqu'à dorer, faire sortir et servir chaud.





# FARCI DE FONIO AUX AUBERGINES

Origine : Mme Agathe CHALOUB (Guinée)

Types de plat : Plat principal

Forme : légume farci

Temps de préparation : 70 mn

Temps de cuisson: 45 à 60 mn

## INGREDIENTS pour 5 personnes

Fonio précuit : 500 g  
Viande sans os ni graisse : 1 kg  
Aubergines : 10 (taille moyenne)  
Huile d'arachide : 250 ml  
Oignons : 2 gros  
Ail : 1  
Cubes : 2  
Tomate purée : 200 g  
Sel, piment et autres : à volonté  
Tomates fraîches : 5 grosses  
Pommes de terre : 2 grosses

## PREPARATION

- laver proprement les aubergines débarrassées de leur collet
- les ramollir en les roulant avec force sur une table lisse
- les ouvrir du côté collet
- vider les de leurs contenus (graines et une partie de la chair)
- hacher et découper finement la viande
- mélanger tous les ingrédients en les malaxant sauf la tomate fraîche et la pomme de terre
- bourrer les aubergines (au 2/3) avec le mélange
- boucher les avec des morceaux de pomme de terre
- placer les soigneusement les unes contre les autres dans une marmite
- ajouter de l'eau et de l'huile et mettre au feu
- après cuisson, placer les dans un plat et ajouter des tranches de tomate fraîche.



# BOULETTES DE FONIO

## A LA SAUCE TOMATE AUX SAUCISSES FUMÉES

Origine : DTA (Burkina)  
Types de plat : plat principal  
Forme : boulettes  
Temps de préparation : 30 mn  
Temps de cuisson: 40 à 45 mn

### INGREDIENTS pour 4 personnes

#### Boulettes

Fonio nature : 500g  
Lait liquide : 1l et  $\frac{1}{4}$   
Oeufs : 4  
Sel iodé : à volonté  
Huile de friture :  $\frac{1}{2}$  l

#### Sauce tomate

Oignons : 4 gros  
Tomates : 6 grosses  
Courgette : 1 grosse  
Saucisses fumées : 500g  
Huile : 4 cuillérées à soupe  
Sel : à volonté

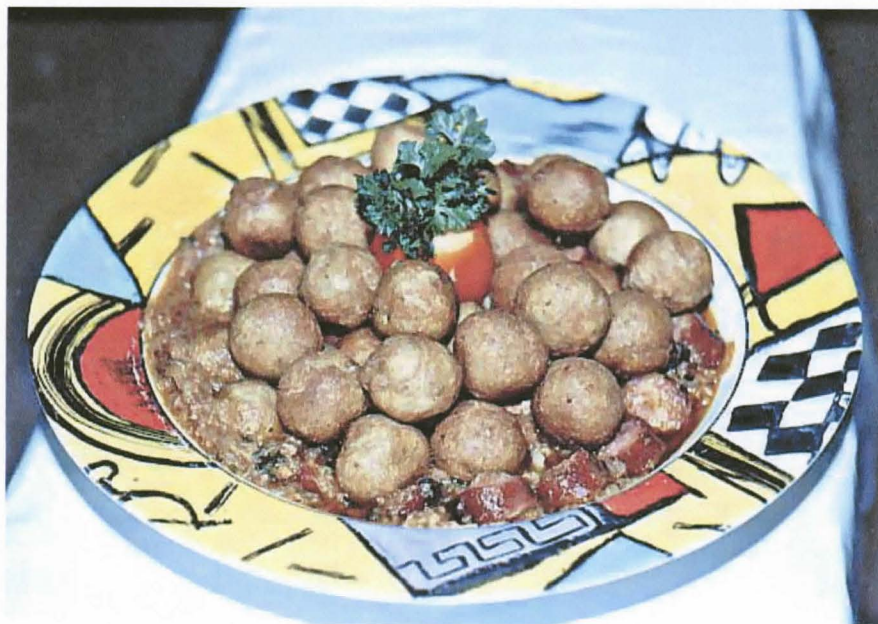
### PREPARATION

#### Boulettes

- Faire bouillir le lait auquel on a ajouté le sel et les aromates
- Y verser le fonio en pluie en tournant et laisser cuire à feu doux pendant 15 mn
- Retirer du feu et laisser refroidir un peu
- Ajouter les œufs entiers battus en remuant énergiquement pour éviter la coagulation
- Renverser dans un plat et laisser totalement refroidir
- Former des boulettes, les rouler dans la farine, faire dorer dans une friture (petite quantité d'huile)
- Servir avec une sauce tomate

#### Sauce tomate

- Faire revenir dans l'huile, les oignons hachés, les tomates lavées, épépinées- pelées et écrasées, la courgette épluchée et râpée, le sel
- Ajouter 4 cuillères à soupe d'eau, les aromates et laisser cuire
- Couper les saucisses fumées en rondelles moyennes, les incorporer dans la sauce, laisser mijoter, vérifier l'assaisonnement
- Servir avec les boulettes de fonio





# BOULETTE DE FONIO BONNE MAMAN

Origine : DTA (Burkina)  
Types de plat : amuse geule  
Forme : boulettes  
Temps de préparation : 15 mn  
Temps de cuisson : 25 mn

## INGREDIENTS

500 g de fonio semoule cuit  
200 g de viande hachée  
3 œufs frits  
500 g de chapelure fine  
1 oignon  
2 carottes  
2 gousses d'ail  
1 pincé de sel  
1 pincé de poivre  
1 cuillère à soupe de persil haché  
¼ de mie de pain trempé dans une tasse de lait  
huile

## PREPARATION

- Mettre le fonio cuit dans un saladier
- Hacher finement l'oignon et le persil, couper les carottes en dés très fins, hacher l'ail et mettre le tout dans le saladier .
- Ajouter la viande hachée, et la mie de pain pressée dans le lait .
- Casser par dessus les œufs frais et mélanger le tout à la main.
- Goûter à l'assaisonnement, faire des boulettes, les enrober de chapelure et les plonger dans l'huile de friture et les faire dorer

Servir tiède dans une assiette garnie d'une chiffonnade de laitue et décorer avec une fleur de tomate.



# BOULETTES DE FONIO A LA SAUCE DES BOIS

Origine : DTA (Burkina)

Types de plat : plat principal

Forme : boulettes

Temps de préparation : 15 mn

Temps de cuisson : 20 mn

## INGREDIENTS

**pour 4 personnes**

200 g de champignons de Paris

50 g de beurre

2 gousses d'ail

450 g de tomates pelées

½ feuille de laurier sec

sel, poivre, persil haché

4 rondelles de boulettes de fonio

4 œufs

## PREPARATION

- Laver et émincer les champignons et les faire revenir dans du beurre avec une gousse d'ail
- Ajouter les tomates pelées et concassées, le laurier, le sel, le poivre et laisser mijoter pendant ¾ d'heure en ajoutant, au besoin, quelques cuillérées d'eau
- Pocher les œufs, les égoutter puis les disposer sur les rondelles de fonio dans une assiette
- Verser tout autour la sauce au champignons
- Décorer l'ensemble avec du persil haché et servir aussitôt.





# GIGOT D'AGNEAU AU FONIO

Origine : DTA (Burkina)

Types de plat : plat principal

Forme : couscous

Temps de préparation : 30mn

Temps de cuisson : 1h 15mn

## INGREDIENTS

200 g de merguez  
1 gigot d'agneau  
1 boîte de pois - chiche  
50 g raisins secs trempés  
3 poivrons rouges, 3 poivrons verts  
3 jeunes carottes  
3 jeunes courgettes  
1 chou moyen  
3 navets, 4 tomates bien mûre  
1 oignon piqué de 3 clous girofle  
1 bouillon de poulet  
2 gousses d'ail  
1 pincée de quatre épices  
1 cuillère à café de sel  
1 pincée de poivre  
2 feuilles de laurier  
1 brin de thym  
50 g de beurre non salé paysan breton doux  
4 cuillères à soupe d'huile.

## PREPARATION

### Sauce

- Découper le gigot en morceaux que l'on laisse ensuite sur du papier essuie - tout pendant 10 mn.
- Poivrer et saler les morceaux et les faire dorer dans quatre cuillères à soupe d'huile.
- Les enlever et les mettre de côté. Dans l'huile restante mettre les quatre tomates pelées et concassées.
- Mettre les morceaux de gigot, ajouter le sel, le poivre, la pincée de quatre épices, les feuilles de laurier, le thym et le bouillon de poulet dans la casserole. Laisser mijoter pendant 45 mn, et juste 15 mn avant la fin de la cuisson, mettre les légumes

### Fonio

- Mettre le fonio dans un saladier, ajouter 50 g de beurre puis les raisins secs et le pois chiche, et une pincée de cumin et de sel.
- Ajouter 75 ml d'eau chaude pour mouiller le mélange obtenu pendant 15mn
- Mettre le tout dans une casserole et laisser cuire sur un feu très doux pendant 45 mn.
- Si le fonio n'est pas bien cuit, prolonger la cuisson en versant 5 cuillerées à soupe d'eau chaude et refermer jusqu'à la cuisson.
- Mettre les merguez dans le four pendant 15 mn thermostat 4 (ne pas les laisser trop cuire)
- Sortir l'oignon piqué de clous de girofle de la sauce du gigot et le mettre au milieu d'un plat et répartir autour les morceaux de gigot. Disposer les légumes autour et parsemer de persil haché.
- Dans un autre plat, mettre le fonio cuit et les merguez et verser sur le fonio le jus de merguez, le reste des pois chiche. Servir chaud.



# CURRY DE BŒUF AU FONIO

Origine : DTA (Burkina)

Types de plat : plat principal

Forme : couscous

Temps de préparation : 30mn

Temps de cuisson : 1h 15mn

## INGREDIENTS

### *Pour le fonio*

- 1 kg de fonio
- 1 Cuillère à soupe de curry
- 1 Oignon finement haché
- 150 g de beurre
- 1 Pincée de sel
- 1 Pincée de poivre

### *Pour le bœuf au curry*

- 1 kg de viande de bœuf (faux filet)
- 3 Oignons
- 3 Cuillères à soupe de concentré de tomate
- 2 Cuillères à soupe de curry
- 3 Cuillères à soupe d'huile
- 1 Bouillon de poulet
- 1 Pincée de sel
- 1 Pincée de poivre
- 2 Feuilles de laurier
- 1 Brin de thym
- 1 bouquet de citronnelle

## PREPARATION

### **Préparation du fonio au curry**

Mettre 150 g de beurre dans une poêle et faire fondre le beurre

Mettre l'oignon finement haché dans la poêle et laissez cuire jusqu'à ce qu'il brunisse (sans griller)

Mettre le curry, la pincée de sel, le poivre. Verser le fonio cuit dans la poêle et mélanger le tout, jusqu'à ce que le fonio prenne la couleur du curry

Verser dans un plat, décorer avec des oignons verts

### **Préparation du bœuf au curry**

Couper la viande de bœuf en cubes et mettre sur du papier essuie-tout pendant 15 mn

Dans une casserole, mettre 3 cuillères à soupe d'huile, faire revenir les morceaux de viande dorés. Mettre les morceaux dans une assiette, en attente

Couper 3 oignons dans le sens de la longueur, les mettre dans la casserole contenant la graisse

Faire dorer les oignons, mettre le curry en poudre, le concentré de tomate et remuer le tout

Mettre les morceaux de bœuf et laissez mijoter un peu. Verser le bouillon de poulet, jusqu'à couvrir les morceaux et ajouter la carotte, le sel, le poivre, le thym, le laurier et le bouquet de citronnelle.

Laisser mijoter pendant 1h jusqu'à ce que la viande soit bien cuite, et servir dans une soupière. Décorer avec des olives noires et des oignons verts hachés.





# ROUGET OU DORADE FARCIE AU FONIO

Origine : DTA (Burkina)

Types de plat : plat principal

Forme : poisson farci

Temps de préparation : 40mn

Temps de cuisson : 1h 30mn

## INGREDIENTS

- 1 kg de dorade
- 250 g de fonio
- 1 boîte de tomates pelées
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de poivre
- 1 feuille de laurier
- 1 brin de thym
- 2 œufs frais
- 1 bouquet de persil
- 1 bouquet d'oignons verts
- ¼ de pain trempé dans du lait
- ½ kg de pomme de terre
- 1 sauce tomate

## PREPARATION

- Ecailler le rouget (ou dorade) et le vider jusque dans la tête
- Ouvrir le poisson au dos (avec un couteau bien pointu) pour enlever l'arête centrale puis mettre rapidement le poisson au réfrigérateur pendant la préparation de la farce.

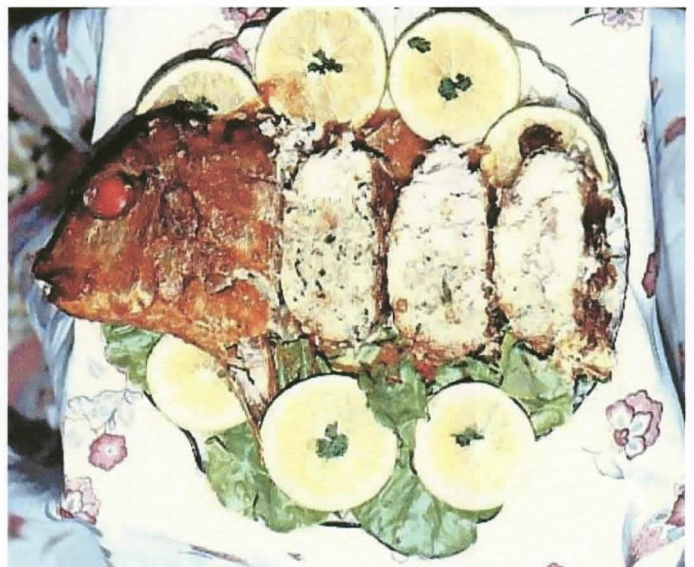
### Préparation de la farce

Dans un saladier, mettre l'oignon haché finement, l'ail, le persil, le fonio, le pain trempé dans le lait, 2 œufs et ajouter la chair du rouget (ou dorade)

Assaisonner avec sel et poivre

Bien mélanger et vérifier l'assaisonnement

- Une fois la farce prête, sortir le poisson du réfrigérateur et à l'aide d'un fil bridé, coudre le poisson de la queue vers la tête
- Fourrer la farce à partir de la tête, puis assaisonner et mettre au four (thermostat 6) de 45 à 60 mn selon la grosseur du poisson
- Préparer une sauce tomate pour badigeonner le poisson de temps en temps
- Piquer le poisson à l'aide d'une broche pour vérifier la bonne cuisson du poisson.
- Faire bouillir les pommes de terre à servir avec le poisson



# PUDDING OU GATEAU DE FONIO AU CARMEL

Origine : DTA (Burkina)

Types de plat : Dessert

Forme : Gâteau

Temps de préparation : 45 mn à 60 mn

## INGREDIENTS

**pour 6 personnes**

Fonio nature : 250 g

Sucre : 150 g

Lait : 2 l

Beurre : 40 g

Oeufs : 2

Vanille : 2 sachets

Zeste de citron

Caramel : 120g de sucre

Muscade : 1 cuillère à café

## PREPARATION

- Faire bouillir le lait auquel on a ajouté le sucre, la vanille, le zeste de citron, le beurre, la muscade râpée
- Retirer le zeste et y verser le fonio en pluie en tournant puis réduire le feu.
- Laisser cuire pendant 15 à 20 mn jusqu'à l'obtention d'une bouillie très épaisse
- Retirer du feu et incorporer les œufs battus en tournant vigoureusement pour éviter la formation des grumeaux
- Verser la préparation ainsi obtenue dans un moule caramélisé
- Cuire au bain marie pendant 30 mn ou au four chaud pendant 15 mn

Laisser refroidir un peu puis démouler et servir froid





# BISCUITS DE FONIO

Origine : DTA (Burkina)

Types de plat : dessert et grignotage

Forme : biscuits

Temps de préparation et cuisson: 35 mn

## INGREDIENTS

Farine de fonio : 500 g

Farine de blé : 100 g

Oeufs : 3

Lait : ½ verre

Sucre : 150 g

Vanille : 2 sachets

Levure chimique : 1 sachet

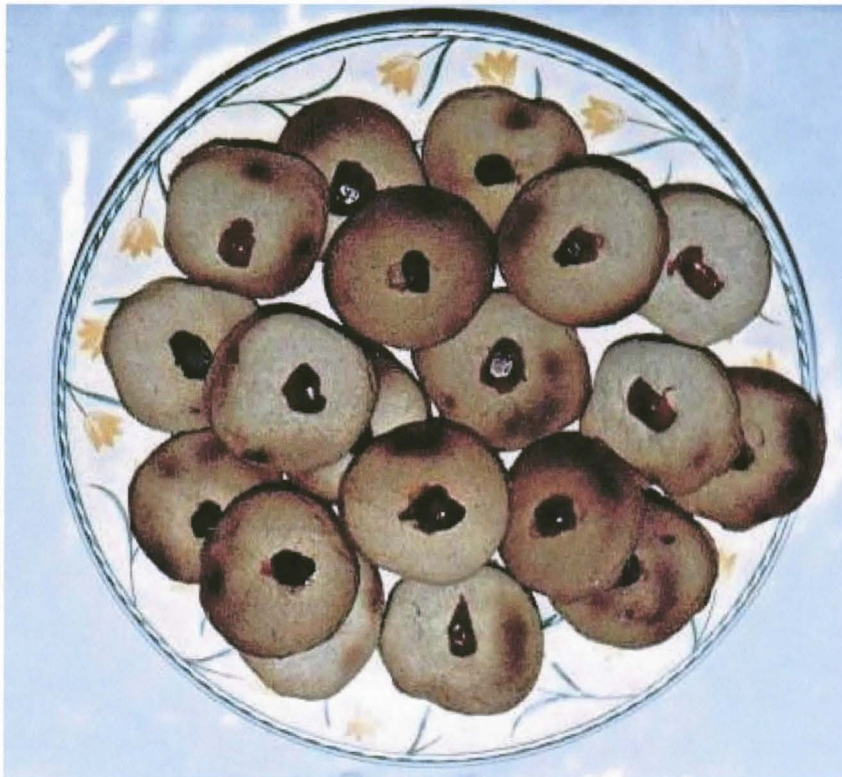
Fruits confits (raisins, cerises): 200 g

1 jaune d'œuf pour faire dorer les biscuits

## PREPARATION

- Dans une terrine, mélanger la farine, le sucre, la vanille, la muscade, la levure chimique
- Ajouter les œufs battus et le lait petit à petit en mélangeant, puis pétrir pour obtenir une pâte molle.
- Etaler la pâte, découper des formes régulières soit à l'emporte pièce ou avec un couvercle de boîte. Puis enduire de jaune d'œuf battu.
- Décorer les biscuits en mettant au milieu du biscuit un fruit confit ( raisin, cerise...) alterner les couleurs.

Déposer les biscuits sur une plaque beurrée, cuire à four moyen pendant 20mn.



# GATEAUX DE FONIO

Origine : IER/LTA (Mali)

Types de plat : Dessert, produit de grignotage

Temps de préparation : 90 minutes environ

## INGREDIENTS

**Pour 1kg de farine 50% fonio 50% blé**

Farine de fonio : 500g

Farine de blé : 500g

Sucre: 650 g

Margarine: 125 g

Lait en poudre : 125 g

Œufs : 3

Levure chimique: 2,5 à 3 sachet de 10 g

Vanille: 2 sachets (facultatif)

Eau : ½ litre environ

## PREPARATION

### • Pétrissage (manuel ou mécanique)

Dissoudre le sucre dans l'eau de pétrissage puis ajouter les œufs, le lait en poudre et la margarine.

Ajouter la farine progressivement et malaxer dans un récipient creux et stable avec une spatule. Le pétrissage est terminé quand la pâte est lisse et homogène.

Laisser la pâte reposer pendant 30 minutes

### • Moulage

Enduire les moules avec un peu d'huile à l'aide d'un pinceau ou un morceau de tissu propre.

Juste avant de mouler, mélanger la levure à la pâte. Remplir les moules à la moitié de la hauteur.

### • Cuisson

Avec un four à gaz

- préchauffer à 220°C

- cuire durant environ 10 min en bas à 180°C

- cuire environ 10 min en haut à feu doux

(Un four à charbon peut être également utilisé)

Après cuisson, les gâteaux sont refroidis à l'air libre avant d'être consommés ou emballés dans des contenants appropriés selon la durée de conservation escomptée.







**COMMON FUND FOR COMMODITIES**  
P.O.Box 74656  
1070BR Amsterdam – The NETHERLANDS

Project Manager: **KULESHOV Andrey**  
Email : [andrey.kuleshov@common-fund.org](mailto:andrey.kuleshov@common-fund.org)



**FOOD and AGRICULTURE ORGANIZATION of the UNITED NATIONS**  
**Viale delle Terme di Caracalla**  
**1-00100 Rome – Italie**

Superviseur du projet : **MAZAUD François**  
Division des systèmes de soutien à l'agriculture  
Email : [Francois.Mazaud@fao.org](mailto:Francois.Mazaud@fao.org)



**INSTITUT D'ECONOMIE RURALE**  
**B.P. 258 - Bamako – MALI**  
**Laboratoire de Technologie Alimentaire**

Coordonnateur Régional du projet: **DRAME Djibril**  
Tél : (223) 24 18 29 ; Fax : (223) 22 37 75  
Email : [djibril.drame@ier.ml](mailto:djibril.drame@ier.ml)



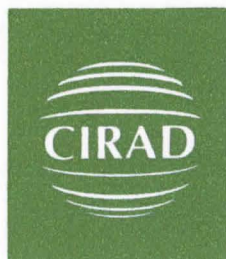
**INSTITUT DE RECHERCHE AGRONOMIQUE DE GUINEE**  
**B.P. 576 - Conakry - GUINEE**  
**Centre de Recherche Agronomique de Bareng**

Coordonnateur National du projet : **DIALLO Thierno Alimou**  
Tél : (224) 52 62 87 ; Fax : (224) 42 57 58  
Email : [iragdg@irag.org.gn](mailto:iragdg@irag.org.gn)



**INSTITUT DE RECHERCHES EN SCIENCES APPLIQUEES ET TECHNOLOGIES**  
**BP 7047 – Ouagadougou – BURKINA FASO**  
**Département Mécanisation**

Coordonnateur National du projet: **SON Gouyahali**  
Tél (226) 31 33 70 ; Fax (226) 31 53 21  
Email : [dm@fasonet.bf](mailto:dm@fasonet.bf)



**CENTRE DE COOPERATION INTERNATIONALE EN RECHERCHE AGRONOMIQUE POUR LE DEVELOPPEMENT**  
**Département des Cultures Annuelles**

Coordonnateur Général du projet : **CRUZ Jean-François**  
CIRAD, 34398 Montpellier Cedex 5 France  
Email : [jean-francois.cruz@cirad.fr](mailto:jean-francois.cruz@cirad.fr)